

Egyszerű chilis bab

Gazdag, ízes és laktató egytálétel, ami minimális munkával hozza a „még egy kanállal” élményt.



Előkészítés: 5 perc

Elkészítés: 15 perc

Adag: 2

Egytálétel

HOZZÁVALÓK

1 vöröshagyma

250 g sertés darálthús

200 g Bonduelle Mexican konzerv

Só

Bors

Fokhagymapor

Pirospaprika

Oregánó

Chilipehely

ADATOK

Szerző

briguli

Publikálva

2025.12.04

ELKÉSZÍTÉS

1.

Kevés olajon megpirítom a vöröshagymát.



2.

Hagymára mehet a darálthús, majd fűszerezzük sóval, borssal, fokhagymaporral és pirospaprikával.



3.

Ha kész a hús, mehet hozzá a Bonduelle mexikói konzerv és pár percig összerottyantjuk.



4.

Ha szükséges még fűszerezzük, valamint mehet hozzá egy kis oregánó és chilipehely is.



5.

Ízlés szerinti körettel tálaljuk.

